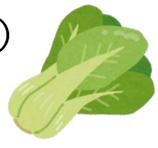


保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和6年10月分

大和市立保育園

No. 1

日 曜	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・15 / 火	固がゆ 鶏肉のさっぱり煮刻み ゴマ和え刻み みそ汁 (さつまいも・長葱)	1日小倉ケーキ刻み 又は乳児用菓子 15日小倉ケーキ(栗入り)刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし さつまいもの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク 
2・16 / 水	固がゆ バーベキューソース和え刻み (ウインナーを除く) たたききゅうり刻み キャベツのさっぱりスープ (キャベツ・玉葱)	きな粉トースト刻み又は 食パン刻み又はパンがゆ(食パン) ミルク	おかゆ じゃが芋のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし キャベツの煮つぶし 玉葱の煮つぶし キャベツのさっぱりスープ(汁のみ)	ミルク
3・17 / 木	固がゆ かれのいの煮つけ刻み 納豆和え刻み みそ汁 (豆腐・油揚げ)	さくさくクッキー 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ かれのいの薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし 豆腐の薄味煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
4・18 / 金	固がゆ 豆腐ハンバーグ刻み チンゲン菜のソテー刻み すまし汁 (わかめ・えのきたけ) 	ポテトフライ 又はじゃが芋の甘煮 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱の煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし 人参の煮つぶし わかめの煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
5・19 / 土	焼きうどん刻み トマトきゅうりのサラダ刻み	乳児用菓子 ミルク 	やわらか煮うどん 麩のクタクタ煮 キャベツと玉葱、人参の煮つぶし トマトのゆでつぶし きゅうりのすりおろし	ミルク
7・21 / 月	固がゆ マーボー豆腐刻み もやし中華和え刻み すまし汁 (チンゲン菜・しめじ)	乳児用菓子 りんごスライス又は刻み又は すりおろし(加熱する場合あり) ミルク 	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし チンゲン菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
8・22 / 火	固がゆ クリームシチュー刻み フレンチサラダ刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし 	ミルク
9・23 / 水	固がゆ 鶏肉のかんろ煮刻み ナムル刻み みそ汁 (かぼちゃ・長葱)	ツナスパゲッティー刻み 又はおじや ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし かぼちゃの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和6年10月分

大和市立保育園

No.2

	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
10・24 / 木	固がゆ 肉じゃが刻み ブロッコリーのおかか和え刻み みそ汁 (キャベツ・わけぎ) 	おじや 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし ブロッコリーのゆでつぶし キャベツの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
11・25 / 金	固がゆ さばの塩焼き刻み きんぴらごぼうのやわらか煮刻み すまし汁 (小松菜・麩)	ふかし芋 又はさつま芋の甘煮 ミルク	おかゆ かれの薄味煮つぶし 麩のクタクタ煮 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
12・26 / 土	固がゆ 肉野菜炒め刻み みそ汁 (わかめ・玉葱) プレーンヨーグルト	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし 玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 	ミルク
⑭・28 / 月	食パン又はパンがゆ(食パン) トマトの中のお豆さん刻み (ポークビーンズ) 切干大根のサラダ刻み	きのこごはん(きのこ刻み) 又はおじや ミルク	パンがゆ(食パン) 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし 白いんげん豆の煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし	ミルク
29 / 火	固がゆ オランダ煮刻み 青菜のお浸し(人参入)刻み みそ汁 (キャベツ・しめじ) 	柿スライス又は刻み又は すりおろし(加熱する場合あり) 乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
30 / 水	固がゆ 豆腐団子刻み 切り昆布の煮物刻み みそ汁 (大根・えのきたけ)	スナツ麩刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 	ミルク
31 / 木	固がゆ 鶏肉のみぞれ煮刻み 野菜ソテー刻み すまし汁 (小松菜・長葱)	かぼちゃの甘煮 又はかぼちゃの煮つぶし ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク 

※5~6か月の離乳食について
7~8か月の献立内容にならない、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。
ただし、使用食材は公立保育園給食家庭連絡表に準じています。

*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合があります。
*個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。
*パンがゆは食パンで作ります。
*ベビーフード「野菜と鶏ささみ」(非常食)等を使用する場合があります。

♥ 自分でやりたいという気持ちに寄り添って... ♥




- 手づかみで、食べ物を口に持っていくことを覚え始めたら、手づかみ食べと並行して、スプーンやフォークの練習も進めていきましょう。
- 食事の時は子どもが持てるスプーンやフォークを出し、興味があれば自由に使わせてあげましょう。
- うまく使えないときは、大人が食べ物をのせて、口に運ばせてみましょう。
- 手伝いすぎないようにしましょう。
- 上手にできたら、たくさんほめましょう。



食器の
選び方

▶ 平たいものではなく、ふちが立ち上がっていて、すくいやすいものをおすすめです

○

×


スプーン・
フォークの
選び方

♥ 「重さ」「形」「大きさ」がポイント

- ▶ あまり重くないもの
- ▶ 柄が太めで長くなく、握りやすいもの
- ▶ 深さがあり、すくいやすい形
- ▶ 丸みがあるもの
- ▶ 子どもの口に入りやすいサイズ

